

CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA 1º BACHILLERATO SEPTIEMBRE 2023

COMPETENCIA ESPECÍFICA 1: Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.

COMPETENCIA ESPECÍFICA 2: Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas, para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

COMPETENCIA ESPECÍFICA 3: Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físicodeportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.

COMPETENCIA ESPECÍFICA 4: Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde la perspectiva de género y desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender, desde una postura ética y contextualizada, los valores que transmiten.

COMPETENCIA ESPECÍFICA 5: Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad.

OBSERVACIONES:

Para que una pregunta puntúe se debe contestar y justificar la respuesta. Los audios se enviarán al classroom, el cual se le facilitará el código para la entrega.

Se debe realizar correctamente y en su totalidad las actividades y/o ejercicios propuestos por el alumnado para superar la parte práctica.

PARTE TEÓRICA

- Explicar en un audio la planificación de un entrenamiento de fuerza – resistencia, utilizando algunas de las aplicaciones que existen. (se han visto en clase).
- Preparar una coreografía con base musical de 3 minutos de duración.
- Explicar en un audio como se juega al pínfuvote.
- Preparar una sesión de un deporte de libre elección
- Desarrolla cómo se juega a la billarda.

Las Palmas de Gran Canaria a 22 de julio de 2022.